

Су-Джок терапия – одна из инновационных и здоровьесберегающих технологий.

Подготовила
Учитель-дефектолог: Иванова Н.А.

Су-Джок терапия-одна из иновационных и здоровьесберегающих технологий.

Су — Джок-терапия

Это последнее достижение восточной медицины.
В переводе с корейского языка Су - кисть, Джок-стопа.
Разработана южнокорейским ученым профессором Пак Чже Ву.



Су-Джок терапия – одна из инновационных и здоровьесберегающих технологий



Су-джок
терапия, как
метод,
разработана
ученым из южной
Кореи
профессором
Пак Чже Ву.



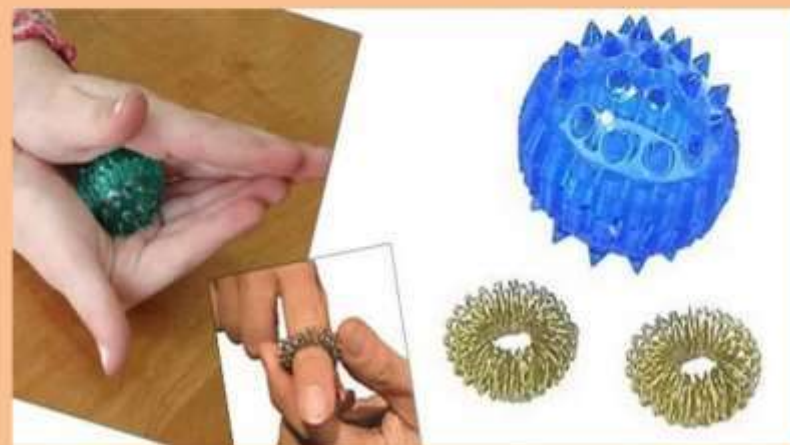
Массаж

*Массаж и самомассаж
колечком и шариком*

*Су-Джок оказывают
благоприятное влияние на весь
организм в целом, развивают
мелкую моторику, улучшают
эмоциональное состояние
ребёнка, опосредованно
способствуют развитию речи.*



«Су-Джок» с виду — легкий шарик с острыми шипами, простой в обращении и доступный в любой момент. Внутри таких шариков — «ежиков», как в коробочке, находятся два специальных кольца, сделанные из металлической проволоки, им можно свободно проходить по пальцу вниз и вверх, создавая приятное покалывание.



В коррекционно -
логопедической работе
приемы

Су - Джок терапии я
активно использую в
качестве массажа при
дизартрических
расстройствах, для
развития мелкой
моторики, а так же с
целью общего
укрепления организма.



Правила работы:

Су - Джок терапия.

- **Су** – кисть, **Джок** – стопа. Су Джок – терапия оказывает воздействие на биоэнергетические точки с целью активизации защитных функций организма и направлена на воздействие зон коры головного мозга с целью профилактики речевых нарушений.



Правила работы с массажными мячиками:

Их нельзя бросать на пол.
Желательно не прикасаться ими к лицу.
После длительного использования необходима обработка (помыть теплой водой с моющим средством и хорошо промыть проточной водой).

Приемы работы с массажными мячиками.

Катание мячика по ладоням.
Массаж кисти рук.
Массаж всей руки и предплечья. (Способ пробуксовки)
Массаж стопы.
Массаж ног.
Упражнение "Кошка играет с мышкой".
Массаж спины (работа в парах)

Цель:

*Су- джок терапия один из известных общеоздоровительных методов. Стимуляция пальчиковых рецепторов, посылающих импульсы в центральную нервную систему является эффективным средством воздействия на речевые зоны коры головного мозга. Особое место отводится большому пальцу, на котором «лицо» находится на ладонной поверхности, а «затылок», соответственно, - на тыльной стороне руки.

В своей практике я использую су-джок массажёры в виде массажных шариков, имеющих разную степень воздействия(интенсивную и чувствительную).



Цель:

скорректировать речевые нарушения с помощью использования элементов Су-Джок терапии



Приемы Су – Джок терапии:

- *Массаж специальным шариком.*

Поскольку на руке находится множество биологически активных точек, эффективным способом их стимуляции является массаж .

- *Массаж эластичным кольцом.*

Данный прием помогает стимулировать работу внутренних органов.



МЕТОДЫ СУ-ДЖОК ТЕРАПИИ

Массаж – основной метод Су-Джок терапии

Цель - активизировать межполушарное взаимодействие, синхронизировать работу обоих полушарий мозга.

ПРИЁМЫ СУ –ДЖОК МАССАЖА

- ✦ круговые движения шарика между ладонями
- ✦ перекачивание шарика от кончиков пальцев к основанию ладони
- ✦ вращение шарика кончиками пальцев,
- ✦ сжимание шарика между ладонями,
- ✦ сжимание и передача из руки в руку,
- ✦ подбрасывание шарика с последующим сжатием между ладонями

Приемы Су-Джок

Массаж
специальны
м
шариком



Массаж
Эластичным
кольцом



Ручной
массаж
кистей рук



Массаж стоп



Достоинства:

Этот кругленький дружок
называется Су-Джок.
Этот шарик разноцветный
покатаем мы в руках,
Чтобы легче было думать,
сила чтоб была в руках.
Покажем по ладошкам,
он откроется вот так!
Там, волшебное колечко
Ни большое, ни малое,
В гости к пальчикам заходит
Всем оно подходит.



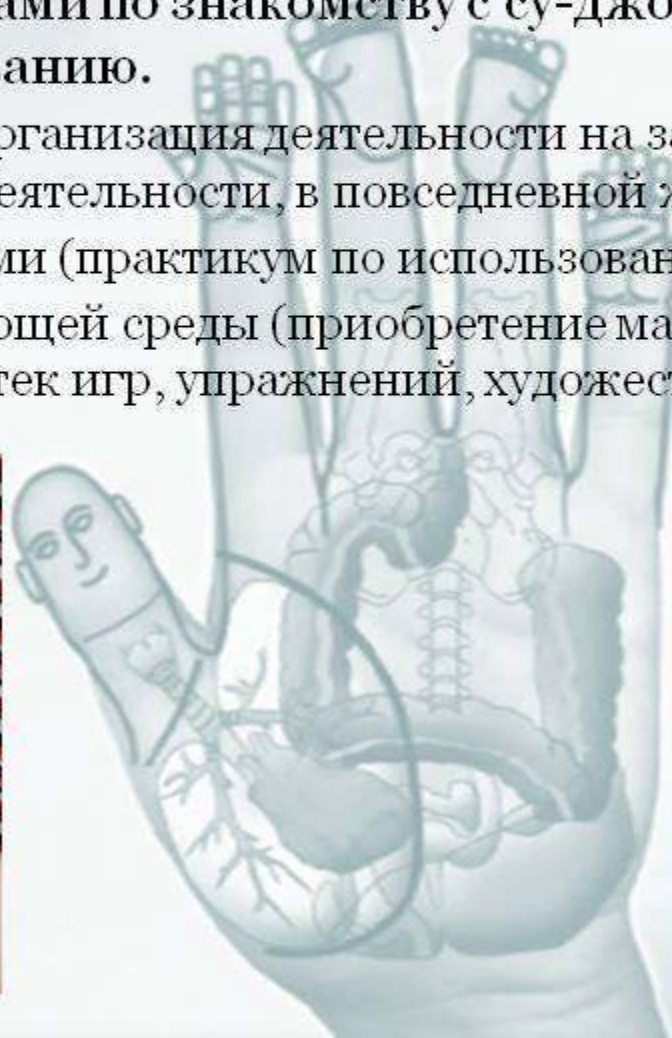
Достоинства применения массажеров Су-Джок

- Высокая эффективность
- Абсолютная безопасность
- Универсальность
- Простота применения



Пути реализации Су – Джок терапии в ДОУ:

- Работа с педагогами по знакомству с су-джок, приёмами работы по его использованию.
- Работа с детьми (организация деятельности на занятиях, в индивидуальной деятельности, в повседневной жизни).
- Работа с родителями (практикум по использованию су-джок терапии).
- Создание развивающей среды (приобретение массажных шариков, составление картотек игр, упражнений, художественного слова)



Игры с массажным шариком Су – Джок

Этот метод основан на том, что каждому органу человеческого тела соответствуют биоактивные точки, расположенные на кистях и стопах.

Достоинства Су – Джок:

- Высокая эффективность – при правильном применении наступает выраженный эффект.
- Абсолютная безопасность – неправильное применение никогда не наносит вред – оно просто не эффективно.
- Универсальность – Су-Джок терапию могут использовать и педагоги в своей работе, и родители в домашних условиях.

Су – Джок с виду - симпатичный шарик с острыми шипами, но, удивительно, сколько пользы он может принести. Попробуйте покатаать его между ладонями - тут же ощутите прилив тепла и лёгкое покалывание.

Приемы Су – Джок терапии:

Массаж шариком кистей и пальцев рук.

Массаж эластичным кольцом.

Массаж стоп.

*Мячик мой не отдыхает,
На ладошке он гуляет.
Взад-вперёд его качу,
Вправо-влево, как хочу.*



В результате использования Су-Джок терапии:

- Осуществляется благоприятное воздействие на весь организм;
- Развивается координация движений и мелкая моторика;
- Стимулируются речевые зоны коры головного мозга;
- Развиваются внимание, память, речь.



Вывод. Использование «Су-Джок» терапии при работе с детьми в ДОУ.

Су - Джок терапия – последнее мировое достижение восточной медицины. Недаром говорят, что все гениальное исключительно просто.



Детям нравится массировать пальцы и ладошки, играть с маленьким «шариком – ежиком». Это оказывает благотворное влияние на весь организм, повышает иммунитет, а также способствует развитию мелкой моторики пальцев рук, тем самым, активизируя и развивая речь детей.

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!

